

## 市販薬も要注意!

咳止めやかぜ薬などの  
市販の薬も用法用量を守って  
使用しないと危険です!



薬の飲み合わせによっては、中枢神経や心臓に障害を引き起こす恐れがあります。アルコールと一緒に服用すると死に至る可能性もあります。

市販薬の目的外の  
使用はやめましょう!



咳止めやかぜ薬などの市販薬の乱用が薬物依存などで治療を受けた10代の患者で急増していることが報告されています。市販薬乱用も、依存性が非常に高く、やめようと思っても自分の意志ではやめられなくなってしまいます。一人で抱え込まずに、まずは相談しよう!

切り取り線 ✂

## 「ダメ。ゼッタイ。」カード

薬物の誘いはキッパリ断りましょう!  
断りにくい時は、その場から立ち去りましょう!

### 薬物相談窓口

宇都宮市保健所 ..... ☎ 028-626-1104  
栃木県精神保健福祉センター ..... ☎ 028-673-8785  
栃木県薬務課 ..... ☎ 028-623-3779

あやしい薬物連絡ネット

<http://www.yakubutsu.com/> ☎03-5542-1865

## トッキーからの 薬物乱用防止の呼びかけ

もし、困ったときには…  
一人で悩まず相談しよう

違法薬物一回だけでも  
「ダメ。ゼッタイ。」

間違った情報に  
惑わされちゃダメ。  
まず相談しよう

甘い誘い文句に注意。  
誘われたら、  
ハッキリと断ろう



栃木SC選手からもお願い  
薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」



菅 和範選手

明本 考浩選手



**TOCHIGI**  
SOCCER CLUB

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」  
薬物の甘い罠

~ 誤った情報に惑わされないために ~

